

إبتكروا المدرس

إرشادات تربوية ونفسية للأم



د. محمد قنن

إبتكاري والمدرسة

دراسة نفسية مبسطة

دكتور
محمد قروني

المركز العربي للنشر والتوزيع
٤ شارع سعد زغلول - اسكندرية
ت ٨١٠٨٢٨

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

التوزيع بالقاهرة

المركز العزني الحديث

١٠٣ شارع الامام على - ميدان الاسماعيليه - مصر الجديد.

لا تضرب ... طفلك ... !!

« إن استخدام العقوبة البدنية في تنشئة الطفل مجبيل سهل يسرع اليه والده أو المسئولين عن تربيته تهرياً من مسئوليتهم نزامه ، ولكنها تظل في صميمها اعلافا لا يخطيء في دلالة على عجز الكبار عن فهم الطفل وإدراك الطفولة . وهي إلى جانب ذلك علامة لكيدة على فشلهم في كسب ثقة الصغير بهم وتنمية ثقته بنفسه وبالتالي فشلهم في اعظم مهمة توكل اليهم ، هي حسن اعداد الطفل لمواجهة الحياة في اطمئنان وسعادة » .

من هنا جاء لاختلاف الرأي في اهمية العقاب وضرورته ، وخصوصا العقاب البدني في تنشئة الطفل . ففي هذا المجال هناك رأيان متضاربان فهناك الرأي الذي يقول بان الأخطاء التي يرتكبها الطفل أثناء مرحلة الطفولة لا يردع الطفل عنها ولا يقومها غير العقاب .

وأصحاب هذا الرأي يستشهدون بتجارب الماضي حين كان العقاب في الأجيال السابقة هو الوسيلة المفضلة لرد الطفل عن الخطأ وتوجيهه إلى السلوك القويم أي السلوك الذي يرضى الكبار عنه ويقولون أن الفساد الذي يعاني منه العالم الآن وخروج الأبناء على طاعة الآباء وانصرافهم إلى ثلوان من العبث لم تكن معروفة من قبل إنما مرده إلى ما ساد الميسدان التربوي من توجيهات هي أقرب ما تكون إلى النظريات التي لا يساندها الواقع ولا تدعمها حاجات التنشئة السليمة . وإلى جانب هذا الرأي يوجد الرأي الذي يقول أن الغرض من التنشئة ليس صب الطفل في قالب معين محدد المعالم والسمات يقرره له الكبار حتى ينشأ على غرار ما يريدون له ، وإنما هو الأخذ بيده ومساعدته لكي

- ٤ -

يحقق أقصى ما لديه من قدرات وامكانيات ، وبعبارة أخرى أن الهدف الرئيسي من التنشئة معاونة الطفل على أن يحقق السلام مع نفسه ومع بيئته حتى يهنا بحياه ويسعد بها ويوفق فيها ويوصل عن طريق العمل المنتج الى تحقيق ذاتيه من ناحيه ، والاسهام فيما يعود بالخير على مجتمعه من ناحيه أخرى .

ويدخل في ذلك أيضا اعداد الطفل بحيث تتوافر له الشجاعة لمواجهة الواقع ومحاولة حل مشكلاته بدلا من الهرب منها مستعينا على ذلك بالتعاون والتفاهم لا بالاصطدام والعنف .

ويستشهد أصحاب هذا الرأي بأن الطفل ليس مجرد وعاء يستقبل التوجيهات والمعارف ، وإنما هو عطاء وراشي يتفاعل منذ اللحظة الأولى لولده مع المؤثرات البيئية على نحو يجعل منه فردا مستقلا ومتميزا عن غيره من الأفراد .

الاحساس بالطمأنينة :

ذلك بالاضافة الى العقاب البدنى يسبب للطفل الما بجنيا ومعنويا هو الشعور بالزلة والمهانة فوق ما ينمية من مقد حب الوالدين .

وايا كان الامر مع هذين الاتجاهين فان هناك بعض الحقائق عن شئون الطفولة تبينها الرواد من المهتمين بحياة الطفل من أمثال فرويد

وفى مقدمة هذه الحقائق ما يعرف باسم « الحاجات فسية للطفولة » .

واهمها حاجة الطفل الى الطمانينة .

وأول ما يقال فى هذا . . . ان حاجة الطفل الى اللطمانية قلما تكون موضع الغم الواعى السليم من الوالدين خصوصا الأم .

فان هذه الحاجة تبدأ مع الطفل منذ لحظة مولده وترتبط بالوسيلة التى تعامل بها الأم - وليس أى شخص سواها كالدادة مثلا - الطفل فانه منذ بواكير حياته يدرك العالم حوله عن طريق الحواس وهو يترجم الاحساسات التى تسرى فى جسمه أثناء العناية بتغذيته ونظافته ومداعبته وخصوصا أثناء الرضاعة الطبيعية يترجمها اما الى لذة وراحة ولطمئنان او الى ألم وجزع وقلق .

ومن هنا كانت الرضاعة الطبيعية بكل ما يصاحبها من دفء هى حجر الأساس فى توفير الشعور بالطمأنينة للطفل .

ثم يتبع ذلك حاجة الطفل الى الحرية وهى ليست كما يظن البعض التدليل والفوضى . . . كما أنها ليست هى الاعتداء على حقوق الآخرين وحررياتهم او الخروج على العرف الأخلاقى المتفق عليه . . . او الاستهانة بالغير وعدم المبالاة بما يبدون من آراء .

اما الحرية الحققة هى إتاحة الفرصة للطفل لكى ينمو بدنيا وذهنيا ووجدانيا ولكى يعبر عن رايه وشعوره فى حدود ما يقتضيه التفكير التعاونى بينه وبين أفراد الأسرة ومع الحرص على راحتهم ورعاية حقوقهم .

والحرية بهذا المعنى لا يمكن أن تقوم او تنمو الا اذا عومل الطفل على أساس من الزمالة والتقدير لا الارهاب او لإهمال او التحقير .

- ٦ -

مثل هذه الحرية زيادة على أنها تتيح للطفل استثمارا مفيدا لطاقته الزائدة فانها في الوقت ذاته تعبر عن ثقنا به وهو بأشد الحاجة الى هذه الثقة لكي يكتسب عن طريقها الشعور بالثقة بالنفس وهي السبيل الى شعوره بالهدوء والاستقرار والطمأنينة ثم هي أيضا سبيله للتفتح والانطلاق .

هذا بالإضافة الى ان انصراف الطفل الى القيام بعمل يشعر بالرغبة فيه واللذة منه مران غير مباشر على اكتساب عادة التركيز .

وما أشد الحاجة الى ان يكتسب الطفل هذه العادة لكي تكون عنده في التحصيل والنجاح مستقبلا .

حب الاستطلاع والمعرفة :

ومن الحاجات النفسية الهامة للطفل حاجته الى اشباع دافعه الملح الى المعرفة عن طريق السؤال والخبرة الشخصية معا .

فهو في هذا السن ؟ يتدفق نشاطا وحساسية كما ان خياله يكون على أشده انطلاقا ورغبته على أشدها في اختيار ما يجذب انتباهه مستخدما في ذلك قدراته وحواسه كلها .

ونحن جميعا نعرف أن النشاط الجسمي للطفل في هذه السن المبكرة يدفعه الى حركة لا تكاد تهدأ ، وأن نشاطه العقلي يدفعه الى سؤال لا يكاد ينقطع والى محاولة التعرف على كل ما يقع تحت متناول يده عن طريق اللمس والفحص

وهو في هذه الحالات جميعا لا يقصد الائتلاف والتدمير ولا يتحرك بدافع الفضول أو رغبة الاستطلاع وحدها .

- ٧ -

وانما تحركه ايضا رغبته فى ان يثبت وجوده واهميته
بالنفسه ان حوله ... كى يحقق الطمأنينة لنفسه فى هذا
العالم الكبير الملى، بالفهم والتحديات له .

هذه الرغبة اذا فهمها الكبار على حقيقتها وعملوا على
تأليبها للطفل دعموا من شعوره بالثقة بالنفس والاطمئنان
الى الحياة ، وهبطوا كثيرا بفرض السلوك الذى يضيئون
به ، وقد يروونه جديرا بالمعقاب ... اما اذا احبطوها كما
يحدث فى كثير من الأحيان فلا يكون من شأن ذلك الا خلق
المتاعب للكبار وللطفل على السواء .

ثم هناك أخيرا حاجة الطفل الى الشعور بأنه موضع
الحب والقبول . ومن الأسف ان العلاقة البيولوجية
والاجتماعية بين الطفل ووالديه وحدها لا تكفى لاشعاره
بالحب والقبول بل لابد الى جانب هذه العلاقة من السلوك
خاص يتحقق للطفل عن طريقه هذا الشعور .

وقد الحنا فيما سبق الى بعض العوامل التى يمكن ان
تحقق للطفل الشعور بأنه محبوب ومقبول ، وبالتالى ان
تكون عاملا فى دعم شعوره بالطمأنينة وشعور الطفل
بالحب والقبول هو الغذاء الذى ينمو عليه نفسيا والذى
بدونه لا يمكن أن يسير نموه النفسى على اساس سليم او
دون اضطراب خطير .

الأب « الخلقى » :

ولا شك ان من بين الاهداف الرئيسية لعملية التنشئة
ان يكتسب الطفل الأدب أى ان يصبح متوافقا بوجه عام مع
العرف الأخلاقى للبيئة التى يعيش فيها ، قادرا على ضبط
رغباته اذا جمحت حتى لا يصطدم مع قيود هذه البيئة .

- ٨ -

ويمكن القول أن هناك وسيلتين تربويتين تستخدمان
فى تنشئة الطفل لمعاونته على أن يصبح « مؤدبا » .

الوسيلة الأولى :

هى معاملة الطفل معاملة تتسم بالشدة والغلظة التى قد
تصل الى حد القسوة أحيانا والتجهم له وقسامة حاجز
وجدانى بين الكبار وبينه والامتناع عن ملاحظته وإظهار
الود له ... والإسراع الى عقابه ببنيا كلما ارتكب ما يعد
فى نظر الكبار خطأ .

هذه الطريقة كانت السائدة فى أرجاء العالم جميعا حتى
أواخر القرن الثامن عشر بل وحتى جزء غير قليل من القرن
التاسع عشر أيضا .

والمنهج الرئيسى فى تنشئة الطفل على ضوء هذا المفهوم
هو إصدار الأوامر والتعليمات له ومراقبة تنفيذها أياها بكل
دقة ومحاسبته الحساب العسير على أى خروج عليها لأن
ذلك كان يعنى فى نظر الكبار الإهمال أو التحدى وكلاهما غير
مقبول ومستحق للعقاب .

ومن الواضح أن هذا المنهج كان ينظر الى الطفل بوصفه
« راشدا صغيرا » عليه واجب الطاعة العمياء « للراشد
الكبير » .

وهذه النظرة أبعد ما تكون عن الفهم السليم للطفل
بوصفه فردا متميزا له تفكيره وحاجاته الخاصة .

وبالتالى أبعد ما تكون عن فهم معنى الطفولة
وخصائصها وحاجاتها .

ومن الواضح أيضا أن تأديب الطفل كان عملية تفرض
عليه من الخارج تحت التهديد بالعقاب أو معاقبته فعلا .

- ٩ -

ولما كان الطفل بحاجة دائما الى حب والديه وقبولهما
 لياه ، فانه كان يجد نفسه فى صراع ينتهى به فى كثير من
 الاحيان ... لما الى الخضوع وفقد الشخصية او الى
 التمرد والتبرم والمصيان ... او الى الألب المطلوب طلبا
 لرضى الكبار عنه وتجنباً لفقده الحب والقبول وما يسببه له
 هذا الفقد من شعور بعدم الطمانينة والضياع .

الوسيلة الثانية :

وهى التى تنادى بها المدرسة الحديثة فى تنشئة
 الطفولة منذ أوائل هذا القرن فانها تدعو الى لحاطة الطفل
 بالحب والطف والقبول وتهئية جو من الدفء يعيش فيه
 واتاحة الحرية له لكى ينمو وينضج ذهنيا ووجدانيا .

انها تدعو الى أن يقرن الحب بالحزم وهى اذ تنادى
 بالحرية لا تعنى الحرية الخالية من أى قيد لأنها فى هذه
 الحالة ترادف الفوضى ، ولكنها الحرية الموجهة التى لا تنزمت
 حتى تعطل النمو ولا تتركض حتى تستحيل الى افساد
 وفوضى .

والطفل نفسه بحاجة الى قدر من هذا التوجيه لأنه
 يخرج من الحيرة والتخبط الذين يجد نفسه فيهما بين
 الحاج رغباته ودوافعه من ناحية ورغبته فى ارضاء الوالدين
 والحصول على حبهما وقبولهما من ناحية أخرى ، الطفل فى
 هذا الجو سيصل الى الألب ليس فرضا عليه من الخارج ،
 ولكن انبعاثا من الداخل فى محاولته الاحتفاظ بحب ينمو
 به ورغبته فى الاستزادة منه .

وليس معنى هذا بحال الا يراجع الطفل اذا صدر عنه
 خطأ ، ولكن المراجعة فى هدوء واحترام وتفاهم شئ والعقاب
 فى انفعال وتحقير وغضب شئ آخر .

١١ - ١٢ -

والمرحلة كفيلا بأن تؤدي الغرض المرجو منها إذا قامت العلاقة بين الكبار والطفل على الثقة والاطمئنان والاحترام .

وأما كان الأمر فشتان بين الأدب يصل إليه الطفل فرضا من الخارج تحت التهديد بالعقاب وفقد الحب ... ، والأدب الذي يصل إليه في ظل الاطمئنان والرغبة في الاستزادة من هذا الحب .

هذا المنهج الذي يحيط الطفل بالحب والاحترام وينشئه في جو من الدفء سيدعو الى فهم الطفل ومعرفة البواعث المحركة لسلوكه .

فما أكثر ما يصدر عن الطفل من أمور لا تروق لنا نحن كبار ... فإذا نحن تنقصينا بواعثها ودوافعها وجدناها محاولة طبيعية من الطفل لمعرفة شيء غامض عليه ... أو تعبير عن غيظه لم نقنجه الى أسبابها ، أو رغبة في تقرير ذاته وجذب الانتباه اليه ... أو غير ذلك مما يكاد يتعذر علينا حصره في حياة الطفولة .

والعقاب بوجه عام عامل هدام للنفسية لأنه يعجز الطفل عن رؤية أي جمال مادي أو معنوي في بيئته كما يعمل على تدمير نفسه وتدمير ما حوله وهو في كثير من الأحيان يمثل لدى الطفل ظلما يقع عليه لأنه في نظره لم يرتكب خطأ يستحق عليه العقاب .

فإذا كان الأسلوب المستخدم في مقابلة ما لا يروق من سلوك الطفل هو المسارعة الى عقابه دون تقصي بواعث السلوك غير المرغوب فيه فليس من المستبعد أن ينشأ الطفل وقد ترسب في نفسه الشعور بالاضطهاد الذي يدفعه الى سوء الظن والتهمرد أو ينشئه على الخضوع والمسلية وضياع الشخصية .

الارهاب يولد الانفجار :

ولذا كان بعض المربين قد ناسوا أخيرا بأن العقوبة البدنية في تنشئة الأطفال قد تؤدب بعض من لا تجدى معهم وسائل التقويم الأخرى ودعوا الى هذه العقوبة أحيانا لتحقيق السلوك المرغوب فيه فأرجح الظن أن الشأن مع هؤلاء وهم قلة على أي حال .

انهم ترخصوا مع الطفل ترخيصة اختلطت فيه الحرية بالفوضى أو لم يصبروا على الطفل الصبر الكافي ولم يتقنوا دوافع سلوكه بما ييسر لهم الفهم الصحيح والسليم لهذه الدوافع . . . وبالتالي بما ييسر لهم سبل تحقيقها على النحر الذي يفيد الطفل منه .

وأيا كان الأمر فإن الذي يعرف الطفولة ومشاكلها وحاجاتها يتعذر عليه أن يرى في سلوك الطفل ما لا يمكن أن يقوم بغير العقاب ولنذكر أخيرا القول الذي يقضى بأن الطفل قلما يكون على خطأ وحتى لو بدا الطفل عنيدا أو مشاكسا أو رافضا أو متحديا فمرجع ذلك الى أنه يعاني من عدم فهم الكبار له .

إن ما قد نراه خطأ من جانب الطفل يكون له عادة دوافعه البعيدة عن الخطأ من وجهة نظره على الأقل .

والأرجح أن يكون الخطأ في هذه الحالات من جانب الكبار الذين لسبب أو لآخر لا يحيطونه بأسباب الطمأنينة اللازمة أو لا يتيحون لقدراته فرص التفتح والنمو السليمة أو لا يحققون له رغبته في المعرفة وتقدير الذات أو لا يفهمون بواعث سلوكه .

- ١٢ -

هؤلاء الذين يتوقعون منه أن يكون كالآلة الصماء تؤمر
فتطيع ... وتوجه فتستجيب أى هؤلاء هم الذين يهددون
إنسانيته بما لهم عليه من حق القوى على الضعيف .

مهما حسنت النيات فى ذلك فإن العقوبة البجنية نوع من
الارهاب ينزل بالطفل والارهاب يولد اما الانفجار أو
الانهيار ... !!

★ ★ ★

- ١٣ -

طعام الإفطار وذلك التلاميذ !!

ان يتناول لبنك الفطارة هذا ضرورى . . ولكن ان يقوم من نسومه فمأجرا تم يصرح بالذهاب الى المدرسه دون ان يتناول طعام الإفطار

فهذا معناه متاعب كثيرة اثناء اليوم الدراسى . . بل واثناء العام كله . فالإفطار ضرورى لكل تلميذ . . . انه يساعد على الانتباه اثناء حصص اليوم ويعطيه القدرة على الاستفادة من كل كلمة تقال امامه .

ولكن قبل كل شيء يجب ان اوضح تأثير عدم تناول الإفطار انه خطر يهدد يوم الطفل الدراسى لان عدم التغذية يؤثر على قدرة الطفل على استيعاب ما يقوله المدرس .

بل لقد تسأكد ان اعطاء التلاميذ ورفبتهم الشديدة فى النوم . . . وتظهر بوضوح عند دخول الطفل الفصل والسر فى ذلك هو عدم تناول طعام الإفطار . معنى ذلك ان طعام الإفطار ضرورى لاستمرار الطفل يفتلسا خلال اليوم الدراسى كله .

فالإفطار يحفظ نسبة السكريات فى الدم وهذا شيء اساسى فى حياة كل انسان فالسيارة لا يمكن ان تتحرك دون وجود البنزين الذى يحترق ، كذلك جسم الانسان لا يمكن ان يعمل بطريقة سليمة بدون وجود الغذاء الذى يستخدم كمصدر للطاقة اللازمة لنشاط الانسان .

والآن هذه هى النتائج التى اعلنتها جامعة بتسبرج بعد ان استمر بحثها لمدة عشر سنوات . . . وكان هذا البحث يدور حول تأثير عدم تناول طعام الإفطار على قدرة الانسان :

- ١٤ -

أول حقيقة علمية كشف عنها البحث كانت عن قدرة الانسان على أداء الوظائف المختلفة لقد تلاكذ أن عدم تناول الافطار يؤدي الى نقص كبير في قدرة الانسان على الانتاج خاصة في ساعات الصباح المتأخرة .

وعند دراسة حالة الطلاب ٠٠٠ تالكذ ان عدم الافطار يؤدي الى نقص قدرة الطالب على الانتباه ٠٠٠ مع عدم الرغبة والقدرة على أداء الأعمال الدراسية . اما عن الأطعمة التي يتناولها التلاميذ في الصباح ٠٠٠ فقد وجد أن تنوع الاصناف ليس هو العامل الهام في التغذية ، ولكن المهم هو احتواء هذه الاصناف على العناصر الغذائية اللازمة .

فقد وجد مثلاً انه من الضروري وجود كمية من السكر في الحم عند الصباح وهو الشيء الذي لا يحدث عند عدم تناول طعام الافطار .:

أما عن أنواع البروتينات اللازمة فقد وجد أن البروتين الحيواني لا يختلف عن البروتين النباتي في أداء الدور المطلوب .:

ما هو تأثير تناول وجبة خفيفة في منتصف الصباح بدلا من تناول طعام الافطار ؟

لقد أكد البحث ان الانصراف من المنزل مع عيم تناول الافطار تم الاكتفاء بساندوتس بعد ساعات من الصباح عادة غير صحية فالتجالبية على القيام بالعمل عند تناول الافطار في موعده تكون أكبر من قابلية الانسان الذي يكتفى بهذا الساندوتس الذي يلتهمه بعد ساعات الصباح .

بل ان تناول الافطار في موعده ثم اضافة وجبة أخرى في منتصف الصباح لا تزيد من القدرة على الانتاج .

انن فالمهم هو تناول الافطار في موعده ثم بعد ذلك لا يهم ان تأكل مرة أخرى أو لا تفعل ففي طعام الافطار الكفاية .. !

== ١٥ ==

هناك ... والدرسة ... والطب النفسى

قبل أى شئ :

هل يمكن أن يذهب الطفل الى الطبيب النفسى ؟

الرد : نعم ... فالطفل الصغير معرض لمعظم
الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية التى قد تصيب
الكبار :

ولكن فى بعض الأحيان يختلط على الأسرة الامر :

هل هى شقلاوة أم مرض ؟

هل هى مضاعفات ... أم مجرد « عفرتة » أولاد ؟ !

وهكذا يمكن أن يكون هناك مرض ما يحتاج فيه الطفل الى
رعاية الطبيب النفسى :

هنا ... يتجه العلاج نحو الطفل .. وكل من يعيشون
معه ... وكل من يتعاملون معه مباشرة .

وعادة يضع الطبيب النفسى فى الاعتبار الحادثات التى
تدور مع الطفل عندما يكون عمره أكثر من ستة أعوام .

أما قبل هذا العمر فان هناك أكثر من طريق الى
الحقيقة ننت

والآن نبدا فى مناقشة ما يقوله الآباء ... ونحاول
الوصول الى الحقيقة من خلال كلماتهم .

لا يجب الاختلاط :

عادة ينطوى الطفل عندما يحس انه أقل من الآخرين
... وعلى هذا يخفى نقصه ويبتعد عن كل الناس ! ...

١٦ -

أو يكون هذا الانطواء - أحيانا - وراثيا . . .

والنصيحة منا هي تشجيع الطفل على الاختلاط . . .
ولا يجب الانتظار حتى يكبر ثم نطلب منه الاختلاط
بالأطفال . . . بل يجب أن نشجعه على ذلك قويا . . .

ولا مانع هنا من اغراء أصدقائه الأطفال بالطوى حتى
يختلطوا به . . . ويخرجوه من عالمه الخاص . . .

وأحيانا يكون الانطواء بسبب وجود مرض نفسى . . .
فالاكتئاب الناجم من الحرمان العاطفى يمكن أن يؤدي الى
الانطواء . . .

كذلك قد يكون الانطواء بسبب أعراض عضوية يمكن
علاجها دوائيا . . . وعند الطبيب المتخصص العلاج المناسب
لمثل هذه الحالة . . .

يهرب من المدرسة :

انه يهرب من المدرسة . . . والده يضربه . . . أمه
تصرخ في وجهه . . . ومع ذلك فهو لا يريد أن ينظمه في
دراسته . . . يريد أن يهرب دائما من المدرسة . . .

في مثل هذه الحالة يجد الباحث أكثر من سبب يمكن أن
يؤدي الى هروب الطالب من المدرسة .

- قد يشعر بأنه أقل من زملائه . . . انه ينقص عنهم
في أشياء كثيرة . . . وهكذا فليس غريبا أن يهرب من مجتمع
يشعر أنه ناقص فيه ! . . .

- ومن المحتمل أن يكون هناك من يعاقبه دائما . . .
ويعذبه . . . وهكذا يهرب من المدرسة حتى لا يلتقى بهذا
المدرس المتعب !!

٣٩٤ =

— وهناك المدارس التي ترهق الأطفال الصغار بالقررات الضخمة ... والولجيات المدرسية للتعدة ... ولا يجيد الطفل الصغير الا الهروب كوسيلة للراحة !

— قد يكون في تصرفات الطفل ما يجعله محل سخرية من زملائه ... ان هذه السخرية تؤلمه ... ولذلك يهرب منها بعدم الذهاب أصلا الى المدرسة ففي البيت لا يشعر بالآلم ... لأن الكل يحبونه ... ولا يُسَخِرُون منه ... !

— الاحتمال الأخير هو وجود جو من القوضى وعدم الاستقرار في المنزل ... وهذا بالطبع يدفع الطفل الى عدم الانضباط والانتظام في الدراسة ... وهذا غالبا لا يزعج احدا في هذا البيت الذي يعيش على القوضى ! ..

في كل الحالات السابقة يمكن علاج الموقف بايجاد جو مناسب في حياة الطفل يدفعه الى الذهاب الى المدرسة ...

ولكن اذ كان الهروب من المدرسة لا يرجع الى اى سبب من الاسباب السابقة ... فهناك احتمال أن يكون للطفل مصابا بحاله مرضية يحتاج الى طبيب نفساني ليعالجه ويعود الى مدرسته دون ان يفكر في الهروب منها .

يؤلف قصصا كاذبة :

في الحدود المعقولة ... ليس غريبا على الطفل ان يؤلف قصصا وهمية عن بطولته ... !

انه في البيت ملك متوج : يامر ... فيطاع !

(م٢ - ابنك والمدرسة)

= ١٨ =

الكل يتحركون بأمره ... بحركة واحدة منه تحدث
سرايا كثيرة ... تم يذهب الى المدرسه ليضع في الزحام
يسمع الاوامر ... وينفذها :

ليهرب من ضرب بعض زملائه ... وعنفهم :
وهكذا يجد أنه هنا في المدرسه لا ينال كل ما يطلبه ...
ويعود الى مملكته : البيت :

هنا يبدأ الحديث عن بطولاته الوهمية ... وكلمنا
رحت هذه القصص الوهمية كان ذلك ليلا على احساس
الطفل بأنه اقل من غيره !

وواجب الآباء هنا هو الاستماع الى هذه القصص جيدا
... ومحاولة معرفة هذه الأوجه التي توضح نقطة الضعف
عند ابنهم ...

ثم يبدأ دور الأهل في ارشاد الطفل الى أن هناك
اختلافا دائما بين الناس وبعضهم البعض ... وليس
معقولا أن يكون الكل على نفس المستوى في كل شيء ...

ولكن لا معنى ذلك أن تقتل الطموح عند طفلك ...
الطموح مطلوب دائما ولكن بلا وجود لهذا الصراع المدمر
للطفل .

اما اذا فشل الآباء في علاج هذه الحالة التي يكون فيها
الطفل بطلا دائما لروايات أسطورية مبالغ فيها ... فالمعلاج
يكون بمساعدة الطبيب النفساني :

يسرق أى شيء :

السرقة عند الأطفال قد تكون بسبب حب تملك شيء ما
ينقص الطفل ... لقد طلب من والده قلم رصاص ...

- ١٩ -

ورفض والده شراءه : ولم يجسد ألامه الا أن يسرق من زميل !

أنه هنا يشعر بالنقص ويحاول ان يعوضه ...

ومن الخطأ هنا اهانة الطفل ... وليس من العقل أن يصرخ الاب في وجهه : يا حرامي !

بل الأفضل الدخول معه في حوار هادئ ... يفهم من خلاله انه اخطأ ... لأنه سرق ... وأنه ليس من الضروري ان يكون عند كل شيء عند زميله ... لأن الناس يختلفون فيما يملكون ...

وتبدأ النصيحة بأن يعرف الطفل ان السرفة تغضب الله وأن الله هو الذي يعطي الناس كل شيء ... وأنه غير المعقول ان يعطي الله الشخص الذي يسرق ... ويغضبه .

أما النوع الآخر من السرقة فيكون بغرض الانتقام !

فالطفل يسرق أشياء يمتلكها طفل آخر ليقطعها ... يلقبها في مكان مجهول ... وواضح أن ذلك تصرف فيه الانتقام نتيجة للاحساس بالغيرة .

وعلى هذا يبدأ العلاج بأن يعرف الطفل أنه لا معنى لاحساسه بالغيرة ... وأنه شخصيا قد يكون أفضل من هذا الطفل الذي يغير منه ...

وهكذا إذا نجح الأهل في تصفية شحنة الغيرة من نفسية الطفل كان ذلك بدلية لانصرافه عن عمليات الانتقام التي يقوم بها ... ومن بينها : السرقة .

٢٠٠٠

يضرب زملائه :

ابنى يعتدى بالضرب على كل زملائه فى المدرسة ٢٠٠٠
انه يكسر أى لعبة تصل الى يده ٢٠٠٠ يخنق القطة ٢٠٠٠ يقتل
المصفور ٢٠٠٠ يحض من يلعب معه ثم يجرى عاريا ٢٠٠٠ انه
كثير الحركة ٢٠٠٠ مشتت الانتباه ٢٠٠٠

ولكن لشيء الثابت فى كل تصرفاته العنوان الدائم ١٠٠
الواقع ان هذا التصرف قديكون نوعا من الاحتجاج ١١

فالطفل يجد ان كل الاهتمام والرعاية والحب ٢٠٠
والحنان ٢٠٠ كل هذه الأشياء بعد ان كانت من حقه وحده
انقلبت الى أخ جديد ٢٠٠٠ ولد حديثا ٢٠٠٠ ١

وهكذا يختفى هو من الصورة بعد ان لاحظت العيون
المولود الجديد ٢٠٠٠ تداعبه ٢٠ تهتم به ٢٠٠

والعلاج هنا هو : اعطاء الطفل حقه من الرعاية
والاهتمام ٢٠٠٠ وهكذا ٢٠ يعود الى سابق هويته ٢٠٠ ١

صورة أخرى ٢٠ قد يكون الطفل عدوانيا لأنه يجد كل
من حوله فى البيت يتصرفون بهذه الطريقة ٢٠٠٠

فالأب يتناقش مع الأم ثم يقذف بالكراسى ٢٠٠ الأم
تتشاجر مع الأب وتكسر الأطباق ٢٠٠ ١١

وهكذا ليس غريبا أن يكتسب الطفل عاداته من تصرفات
أهله !

ومن البحوث العلمية الحديثة التربوية تلكد ان رؤية
الطفل للتمثيلات فى التلفزيون التى يتخللها ضرب وعنف
يكون لها التأثير العدوانى الذى بدوم لفترة ليست قصيرة
بعد انفعاله من مشاهدة التمثيلية ٢٠٠٠

١١ -

وهكذا ... ليس غريباً أن يكون تأثير الأهل له فاعليته
الشديدة ... فالمتمثلية هنا مستمرة !

هناك لحتمال آخر ... هو أن تكون هذه التصرفات
الدولية ناتجة عن حالات مرضية تكون مصحوبة -
بتشنجات ... وهنا يكون العلاج عند الطبيب النفسى .

فأقبل فى دراسته ...

الأب فى حيرة ... والأم تبكى ففى لا تعرف ماذا
أصاب ابنتها الصغيرة ! لقد كانت مجتهدة ثم فجأة أصبحت
الأخيرة .

إن أشياء عجيبة تحدث ... والأم تكاد تصرخ من الغيظ
وهى تراجع مع ابنتها فى كتاب المطالعة لو الحساب .

فالأم تشير الى كلمة . كتب ... وتصرخ من الغيظ
عندما تقرأ البنت زرع !

وعندما تضبط الأم أعصابها وتسأل البنت أين هى حروف
الكلمة التى نطقت بها ... فإن البنت تسارع وتحاول
تصحيح ما قالت ... فتقول لا يا ماما ... دى مش زرع ..
دى قرأ !!

هنا تصرخ الأم ... وتضرب ابنتها ... ثم تيكى على
مستقبلها الضائع وتتنوع الصور مع اختلاف ما يقرأ
الطفل ...

ففى علم الحساب تحمل الأم عندما تقول لطفها :

$$٢ + ٢ = \text{كام ؟}$$

وبسرعة يجيب الطفل بأى رقم ... فهو يقول مثلاً ...
سبعة فتصرخ الأم فى وجهه فيقول :

- ٢٢ -

لا ... لا ... قصدي خمسة !!

وتشعر الأم أن طفلها ينطق دون أنبى تفكير ...
فتضربه ... حتى يفكر .. ويعرف حاصل جمع
 $2 + 2 = 4$!!

فى مثل هذه الحالات يبدأ الطبيب النفسى عمله
بفحص الطفل حتى يتأكد من سلامة أعضائه جسمه ...
وكذلك يتأكد من عدم وجود تخلف عقلى عند الطفل ...
ولكن من السهل التأكد من عدم وجود التخلف العقلى لذا
وجد الطبيب أن الطفل كان متفوقا قبل ذلك فى دراسته ...
ثم ظهرت عليه فجأة هذه الأعراض التى يصفها أبوه
ويقول :

ابنى أصبح بليدا !!

هنا يجد الطبيب النفسى أنه أمام حالة محددة ..
طفل زكى ... ولكن يجد صعوبة فى التعليم .

وعندما نستعرض القصص الصغيرة السابقة نجد أن
الطفل يعانى من تشتت فى الانتباه ... وصعوبة فى
التركيز ..

وغالبا ما يكون سبب ذلك حالة من القلق النفسى الذى
أدت الى حدوثه ظروف معينة .

فقد يتشاجر الأب مع الام أمام الأطفال ... بصفة
مستمرة ... قد يحس الأولاد بالفرع عند رؤية الأم وهى
تجمع ملابسها وتريد مغادرة البيت ويبلغ القلق مداه عند
رؤية الأب وهو يضرب الأم « علة » بعد مشاجرة عنيفة !

أو يكون الطفل فى حالة حزن دائم وهو يسمع ثناء
ومديح الكل لأخيه الأكبر ... أو تتكرر على سمعه هذه

- ١٢ -

المقارنات بين ذكاء أخيه ... وعدم قدرته هو على المذاكرة !
وهنا أنصح دائما بتجنب المقارنات بين الأخوة في مجال
الدراسة .. بين الأخوة إذا كانت هناك فروق ما بينهما ...
وبذلك نقل من حدة الصراع ... وحدة المقارنة المؤلمة .. في
بعض الحالات نجد الطفل يخاف من مدرس الحساب مثلا
.. وهكذا يكره حصة الحساب ومادة الحساب ... ومن
الطبيعي أن يفشل بعد ذلك في عمل أبسط عمليات
الحساب !

كذلك في بعض الأحيان نجد ان الطفل معتد من الذهاب
الى المدرسة ... وهناك من يسخر منه لأي سبب ... بل
هناك من يضربه ... وهناك من يعذب !

وهذه أمور يجب متابعتها وحماية الطفل منها عن طريق
المشرف الاجتماعي والمدرسين .. وأخيرا نصل الى هذا
الاحتمال ... الذي قد يكون السبب الحقيقي في التخلف
الدراسي للطفل .

هنا نتجه أصابع الاتهام نحو الجهاز العصبي في
الطفل ... أو حدوث نقص في المواد الأساسية اللازمة
للتركيز والانتباه .

لكن ماذا يمكن أن يفعل الوالدان عندما تولجهم مشكلة
طفل مختلف في دراسته ؟

والرد : .. يجب عليهما بحث حالته وحالتيهما ...
وعلى ضوء ما سبق نكره يمكن العثور على السبب ...
وتلأفي هذه الظروف التي تؤدي الى حرمان الطفل من
التفوق في دراسته .. هكذا قد تنجح المحاولة ويعود الطفل
الى نشاطه الدراسي السابق ... أو يكون الاحتمال الآخر
... عدم نجاح المحاولة ... واستمرار الطفل في فشله ...
وهنا يكون الوالدان في أحد هذين الموقفين : -

- ٢٤ -

- الفشل فى معرفة السبب الحقيقى لتأخير الطفل
الدراسى :

- أو عدم اتخاذ القرارات اللازمة والصحيحة لتوجيه
الطفل الى الطريق السليم أو الاحتمال الثالث وهو وجود
اضطراب فى الجهاز العصبى ... ومن الطبيعى أن يفشل
الوالدان فى اكتشاف وجود مثل هذه الحالة .

إذا وجد الوالدان انهما امام احد هذه الاحتمالات الثلاثة
فالمفروض هنا أن يتجها الى الطبيب النفسى ... حيث يمكن
مساعدة الوالدين على اتخاذ القرارات المناسبة لاتخاذ الطفل
من فشله الدراسى .

ومن الضرورى على الوالدين تسجيل اسق الملاحظات
على تصرفات الابن الطفل - مهما كانت تافهة - لأن هذه
الملاحظات تساعد الطبيب المعالج على تشخيص الحالة ...
واعطاء العلاج المناسب .

★ ★ ★

= ٢٥ -

شخصيتك ... !!

عليك أن تعرف شخصيتك حتى تنجح في دراستك
ومستقبلك ... وزولجك :-

ماذا تعرف عن الشخصية ؟

الشخصية كلمة نرددها كثيرا وببساطة دون أن نعرف
في أغلب الأحيان - معناها المحدد .

وكلمة الشخصية كلمة كبيرة ... تحل عدة معان ... :-
وتنمكس شخصية الفرد على معاملاته مع الناس .

فالشخصية هي الصورة المنظمة المتكاملة لسلوك الفرد ،
التي تميزه عن غيره ... أنها تشمل عاداته ... وأفكاره
... وإتجاهاته واهتماماته ... وأسلوبه في الحياة .

وعندما نحاول وصف أية شخصية فإننا نفسرها على
أساس السمات التي تتجلى على صاحبها مثل البشاشة
... التجهم ... السخاء ... البخل ... الصدق ...
حب السيطرة ... الرياء :-

ولكننا لا نستطيع أن نلصق بشخص ما سمة من هذه
السمات إلا إذا كانت هذه السمة تميز سلوكه معظم
الوقت :-

وليست الشخصية مجرد مجموعة من هذه السمات ...
بل أنها في الحقيقة حصيلة تفاعل هذه السمات ... :- بعضها
مع بعض :-

فهناك على سبيل المثال الشخص النكي ... النشيط
... الطيب القلب ... المحب للسيطرة ... ان مثل هذا

- ٦٦ -

الشخص يصلح لأن يكون مسئولاً عن قيادة عمل من الأعمال :

وهناك الشخص الآخر ... أنه كذلك لكي ... نشيط
... طيب القلب ولكنه مستسلم ... أن مثل هذا الشخص
يصلح لأن يكون تابعاً مخلصاً .

وكذلك نجد أن اختلاف سمة واحدة من السمات التي
تعتبر شخصية ما قد يؤدي إلى تغيير في الصورة النهائية
لشخصية :

وتمر شخصية الإنسان في مراحل مختلفة من الطفولة حتى
النضج ... فالطفل مثلاً يظهر صفات متضاربة من السلوك
... فهو يحب أمه ، ثم يكرها في لحظتين متتابعتين ...
أو قد يكذب ثم يعبر بعد ذلك عن سخطه على الكذب ...
أن ذلك يعتبر من مظاهر عدم النضج في الشخصية ...
ومع مرور الوقت ... وتقدم عمر الطفل ... تنضج
شخصيته وتتكامل ، ويزول هذا التناقض في السلوك .

وعندما نقول أن الشخصية ناضجة فإنما نعني بذلك
وجود تناسق في السمات التي تميزها يطبع علاقات الفرد
بالناس بطابع السلوك الصحيح ، ويعينه على تحمل كافة
المسؤوليات ... وتقبل التضحيات المختلفة في سبيل بناء
أسرته أو مجتمعه .

ولكن ... هناك ملاحظة ... ألا وهي :

ليس من الضروري أن يصل الشخص البالغ إلى
مستوى الشخصية التامة مجرد اكتمال نضجه
الجسماني ؛ فقد نجد أحياناً فتاة عمرها ١٨ سنة وتتمتع
بنضج في شخصيتها ... كما نجد رجلاً في الخمسين
يعاني من ضعف الشخصية وهناك سؤال هام ...

- ٢٧ -

هل الوراثة تخلق في تحديد سمات الشخصية !

أو بمعنى آخر ... هل يرث الأولاد عن آبائهم ملامح شخصياتهم ؟

إن عامل الوراثة ضعيف الأثر في تحديد سمات الشخصية المتصلة بمعاملات الأشخاص الاجتماعي كمولف الصداقة أو المداة بالنسبة للآخرين وكذلك في المستويات الخلقية ... والاتجاهات القومية أو للرجعية ... والملاخ النفسى لأن يمكن أن يكون ذا أثر ممال من تقويم الشخصية

إن شخصية الفرد تبدو من خلال تصرفاته مع الناس ... وأن لم يحدث ذلك على الدولم .

فمن الممكن أن نقابل شخصية ذات قوة بالغة ومفود واسع ... فنقول عن صاحبها أنه عظيم أو عقرى فإذا خلا صاحبها الى نفسه تعجب من رأى الناس فيه لأنه يعلم أنه لا يتمتع فعلا بالصفات التى بسجفها عليه الناس ...

فهناك لأن الشخصية الظاهرية التى يعكس على الناس ما يريد صاحبها أن يعتقد الناس فيه

والشخصية الباطنية الحقيقية هى التى يحتفظ بها الفرد فى داخله ... ويحاول اخفائها حتى لا يتعرض لأنواع مختلفة من الصراع .

ثم انه كثيرا ما يكون مرجع الفشل فى الدراسة أو عدم التوفيق فى الحياة الاجتماعية الى أن العائله يريد توجيه الابن أو البنت الى دراسة معينة فتتكيف شخصية الابن أو البنت على هذا الأساس ويقدم أى منهما دان هذه الكلية . أو هذا العمل هو ما يناسب

= ٢٨ =

فعلا ... ولكن عندما يبدأ الابن أو البنت فى مزاوله هذه الدراسة على غير هواه ، يجد أن الفشل يلاحقه ... بل ويشعر باللال ... وعدم الرغبة فى الاستمرار .

والسر فى ذلك هو أن شخصيته لا تتلاءم مع الطريق الذى أجبر على السير فيه ... فالواقعة الأولى على السير فى الطريق المرسوم له ليست نابعة من رأس الفرد نفسه ... ولكنها فى الحقيقة انعكاس لشخصية الآخرين ، آباء كانوا أو أمهات ... وليس لشخصيته الأصلية أى دور فى تحديد الطريق الذى أجبر على السير فيه .

وبعد ظهور نتائج الامتحانات يجد الشبان والشابات فى بلدنا أن الاهل فى كثير من الأحيان قد لعبوا الدور الخطير فى رسم مستقبلهم دون الاهتمام بما يضطرب فى نفوسهم من رغبات .

وحتى تعرف الطريق الذى يتفق مع شخصيتك يجب أولا ان تعرف أنواع الشخصيات المختلفة ... ثم تبحث عن نفسك فى وسط هذه الأنواع . والآن تعالوا نتعرف على أنواع الشخصيات التى نعيش فى وسطها ... والتى يمكن أن تكون شخصيتك واحدة منها .

الشخصية الهستيرية :

انها منتشرة جدا ... ولكن من الصعب تحديد مدى شيوعها فى مصر الا من خلال متابعة حالاتها فى العيادات ... ويقدر أن نسبة وجودها تصل الى ١٠٪ من الأفراد .

وهذه الشخصية أكثر شيوعا فى النساء منها فى الرجال ، ويحتمل ارتفاع هذه النسبة بينهن الى حوالى ٣٠٪ .

٥٠

ويثير لفظ هيستريا الخوف والفزع بين الناس ...
والسر في ذلك اعتقاد البعض أنها نوع من الجنون ...
وهذا خطأ كبير .

فالشخصية الهيسترية ليست مرضا ولكنها تقلب في
المحاطة ... وتغير سريع في الوجدان لأتفه الأسباب ...
مع سطحية الانفعال في كل الأحوال . فهناك مثلا الفتاة التي
تتور من أجل حبها ... بل تهجر عائلتها ودينها لتتزوج من
حبيبها ... ولكن بعد فترة قصيرة تبدأ عاطفتها في
التدهور ... وتبحث عن عاطفة أخرى بديلة .

وهكذا تتميز الشخصية الهيسترية بالذبذبة السريعة
... والعجز عن إقامة علاقة ثابتة لمدة طويلة نظرا لعدم
القدرة على المثابرة ونفاذ الصبر ...: سريعا !

كذلك نجد أن الشخصية الهيسترية سريعة التأثير
بالأحداث اليومية . والأخبار المثيرة ... بما قيل وما يقال
... بل إن أصحاب هذه الشخصية يضعون في اعتبارهم كل
هذه العوامل عند تقديرهم للمواقف ... وهكذا تتأثر
قراوتهم بالناحية المزاجية الانفعالية أكثر من تأثرها
بالناحية الموضوعية .

فمثلا إذا استمعت سيدة لحديث من صديقة لها عن إحدى
الجارات ... وكان الكلام غير مرض ... لم تقترد صاحبة
الشخصية الهيسترية في اتخاذ القرار بقطع العلاقات بينها
وبين هذه الجارة ... بل واقضاء كل أسرارها وسبها ، دون
التأكد من صحة ما قالت ، أو محاولة مناقشة الطرف الآخر
في الموضوع .

ومن صفات الشخصية الهيسترية أنها محبة
للأنانية ... مع رغبة في الظهور واستجلاب الاهتمام
والمجادلة الدائمة لاسترعاء الانتباه ... وحب الاستعراض

- مركز -

والجائفة من الكلام . واللبس والتبهرج ... مع العمل على لفت الانتظار عن طريق القيام بالواقعة المسرحية ... مع سلاسل الكثير من الظواهر العائدية بطريقة جنسية ... فاد، امسح شاب مناه مثلاً . فذلك يعنى عندها انه يرغبها جنسياً حث

والشاب صاحب الشخصية الهيستيرية يفسر لبقائه مناه ما له على انها نحاول إيقاعه في حبائلها .

وبالرغم من أن معظم الرجال ينجذبون للشخصية الهيستيرية صرّ حيويها وانفعالها القوي . وجاذبيتها الجنسية احساناً الا ان الكثيرات من هذا النوع من النساء يعانين من البرود الجنسي

وهكذا قد نصاب بالدعشة عندما نعلم ان ملكات الاعر والحس في العالم يعانون من هذا البرود .

ومن ملامح الشخصية الهيستيرية قدرتها على الهروب من مواقف معينة بالتحلل من شخصيته الاصلية وتقمص شخصيات أخرى تتلاءم مع الظروف الجديدة . تماماً كما يعيش الممثل في شخصيه البطل على المسرح عدة ساعات يومياً وساحاده بامه

وهكذا يصبح الدنيا بالنسبة للشخص الهيستيري حبه يسحر الحياء او باراً لا خلاص منها الا بالانتحار

والهن التي تتناسب مع الشخصية الهيستيرية يجب ان تكون بعيدة عن التخطيط وعن الأعمال التقليدية

ان خير مهبة لثل هذه الشخصيات هي الهن التي لها علاقة مباشرة مع الجماهير مثل مهن التمثيل . . . والسرحة والصحافة . . . والعلاقات العامة .

١٢ -

الشخصية الانطوائية :

فهي تتميز بالميل الى البعد عن الاختلاط مع الناس والرغبة في الهدوء ... مع الحساسية الزائدة - والحجل ... والجنوح الى الخيال أكثر من جنوحها الى الواقع مع الرغبة في التفكير الذي لا يؤدي الى تخفيف ما تفكر فيه والاهتمام بقيم تضعها لنفسها ، والعيشة في تهاويل مستقبل مرموق

كما ان الانطوائى يكون غالبا متردد الى حمى ولا يصل الى قراراته بسهولة ... وعند متابعة حالته الصحية يجد انه موسوس الى أبعد حد .

والمشاكل الصغيرة لا تمر عليه ببساطة فدائما يضخمها حتى تصبح مصدرا للقلق ودائما ما يكسب الشخص الانطوائى عواطفه ولا يظهرها بحيث يظهر امام الناس فى صورة الشخص البارد الذى لا يبالى بشئ . وكذلك يرى ان الانطوائى عكس الهيمسيري

فالانطوائى لا يصلح لعمل يحتاج فيه بانجواهير وأغلب الأشخاص الانطوائية باحثون فى المعامل فلسفة فى صوامعهم أو سخطون سياسيون والشخص الانطوائى لا يصلح للخطابة أو التمثيل أو العلاقات العامة لأنه ببساطة لن يستطيع ان يعبر عن ارئه او يعرضها عرضا شائقا على الناس

الشخصية الوسواسية :

أصحاب هذه الشخصية يتميزون بالنظام الشديد والدقة المتناهية فى الأمور والمطالبة بالثقل الطيب والحزم التقاليد وهم لا يستطيعون ان يغيروا آرائهم متى وصلوا الى قرار . أى أنهم يميلون للصلابة فى الرأى وعدم

== الفصل ==

المرونة في معاملة الناس ... وهم يعملون للروتين وان
 اختلف احد معهم في شيء من ذلك ثاروا واتهموه بالاهمال
 وانعدام الضمير ... وهم يحاسبون انفسهم على اتفه
 الاشياء ولا يكادون يخلدون الى الراحة حتى يبدأوا في لوم
 انفسهم ... ويعرض الولد منهم أعمال اليوم كشرط
 سينمائي ... ويستعيدا مرارا ليبري ان كان قد اخطأ او
 أساء .

وتميل هذه الشخصية للتكرار والتأكد من كل عمل ...
 فيقرأ صاحبها الخطاب عدة مرات قبل ارساله ... ويتأكد من
 الأنوار والأبواب قبيل النوم مرتين أو ثلاث مرات ولا يحس
 بالراحة الا اذا فام بنفس الروتين كل صباح ... أي شرب
 الشاي ثم مراء الجرائد ثم الحمام ثم الاقطار ثم ارتداء
 الثياب وان اختلف شيء ثار على زوجته أو أولاده لانهم
 لم يحترموا نظامه وهو في عمله يسير على نفس الوتيرة ولا
 يحيد اطلاقا عن النظام الموضوع .. ويلاحظ ان صاحب
 الشخصية الوسواسية له اهتمامه الزائد بنظافة اللبس
 والمسكن وتجد ان ربطة عنقه ، الكرافة ، مضبوطة على
 قميص نظيف ، منشي ، على الدوام ...

وان كانت صاحبه هذه الشخصية سيدة ... فأننت
 تراها في منزلها دائمة الشجار مع الشغالين حول النظافة ..
 وما أكثر ما يتركها الشغالون لأنهم لا يستطيعون تنفيذ
 طلباتها الملحة الزائدة ... وتكون مثل هذه السيدة الوسواسية
 كثيره الاحتكاك مع زوجها الذي لا يحترم النظافة ...
 وينفض السجائر على الأرض ... أو يضع قميصه على
 السرير بدلا من الشعاعة .

ويميل اصحاب الشخصية للاهتمام بجسادهم ...
 واذا عانوا أي ألم داوموا التردد على الأطباء لكل صغيرة
 وكبيرة

- ٣٣ -

وهم يهتمون بشرب عصير الطماطم والبرتقال بكثرة ..
ويحرصون على ابتلاع أكبر قدر من المقويات والفيتامينات
دون أن يفكروا في سؤال الطبيب عن مدى الفائدة التي يمكن
أن تعود عليهم من ذلك .

كما أنهم يميلون الى القراءة في المسائل الطبية ولا شك
أنهم من قراء كل ما ينزل الى الأسواق من كتب طبية
ثقافية .

وينجح اصحاب هذه الشخصية في الاعمال التنفيذية
والادارية ... فهم محيرون أو اداريون أو ماليون ممتازون
وينجحون في القيام بالمشروعات الكبيرة وفي أعمال المكتبات
والأرشيف والسكرتارية ...

ولكن اذا زلعت سمة الوسوسة على حد معين فان
الانسان يصبح معرضا للقلق النفسي الشديد .. وللمرض
النفسي المعروف باسم ...
الوسوس القهري ...

الشخصية الدورية :

صاحب هذه الشخصية متفتح ... منبسط ... يحب
الاختلاط بالناس ويهتم بالحاضر والواقع ... وهو سريع
البجيهه ... يتخذ قراراته بسرعة ... واذا تحمل مسؤولية
أى عمل قام به بحماسة وحرارة ... ولكنه للأسف معرض
لنوبات من الاكتئاب ونوبات أخرى من المرح ...

وهو يصبح خلال حالات الاكتئاب متشائما ينظر للحياة
بمنظار اسود لا يهتم بممتع الدنيا ... ويزهد في كل من
حوله

(م ٣ - ابنك والمدرسة)

- ٢٤ -

لما خلال نوبات المرح فهو كثير الكلام والنشاط
والشروعات وقد تميل الشخصية الدورية لهذا النوع من
النوبات فتصبح الشخصية اكتئابية سوداوية متسائمة
دائما ... لو تصبح شخصية مرحة بصفتها المتعددة من
تقاؤل ونشاط ومقظة في أكثر الأحوال ... وتكثر هذه
الشخصية بين رجال الأعمال والفنانيين ونوى القاصب
الرئيسية ويلاحظ ذلك في سلوكهم حيث تتقلب عليهم فترات
الكسل وعدم الرغبة في العمل مع فترات أخرى يصبحون
ثقاتها شطة من الحماسة والنشاط ...

الشخصية غير السوية :

هذه الشخصية تتميز بالسلبية ... والضعف في
النشاط الجسمي والعقلي ... ولا تستطيع الاستمرار أو
المثابرة على نهج واحد لمدة طويلة وصلبها دائم الشكوى من
الضعف العام وعدم القدرة على التكيف مع المجتمع ...
وينقصه كذلك الطموح في حياته الثقافية أو الاجتماعية أو
العاطفية ...

وكثيرا ما يفشل هؤلاء في الدراسة نظرا لعدم استطاعتهم
حمل المسؤولية وهم دائما ينتقل من عمل إلى عمل كما أنهم
أزواج فاشلون ... إلا إذا كانت للزوجة من النوع المسيطر
فتقلب الأوضاع ويصبح الزوج من نوى الوظائف البسيطة
الذين لا يطلبون من الحياة إلا الطعام أو الشراب .

الشخصية البارنوية :

لهذه الشخصية طابعها الخاص ... وهو الشك في كل
مر حولها والشكوى الدائمة من أنها لم تأخذ حقوقها
كاملة وإن الناس لا تقدرها حق قدرها . وإن المجتمع لا يعطيها
صب اللائق بها

- ٣٥ -

وأن صاحبها لو كان قد سافر للخارج مثلا - لاستطاع أن يصل للقامة... وصاحب هذه الشخصية يعتقد على الدوام أن زملاءه وجيرانه يريرون الحاق الأذى به ... ولا يمكن لقناعه بسوء ظنه ...

وإذا تكلم أحد في الحجرة التي هو فيها هامسا ... فهذا يعني أنه يتكلم عنه وأن وجد أن زوجته تتحدث في التليفون فإنه يخطئه منها ليرى أن كان المتحدث معها رجلا أو امرأة ... بل أنه يترك عمله أحيانا ليفاجئ زوجته بالمنزل ويرى ماذا تفعل ...

وهو دائم الشجار مع زوجته لأنها ابتسمت لفلان ...
ن فلانا كان ينظر إليها بطريقة يفهم منها أنها على علاقة به .

وهذا النوع من الشخصيات يصبح غير مرغوب فيه في أي عمل ويحتاج إلى علاج خاص لتقويم هذه الشخصية المعوجة .

الشخصية العنصرية :

وهذه الشخصية تتميز بالنقد الدائم لكل شيء ... ومحاولة دم أي عمل دون أن تقوم بأي عمل بناء ...

وصاحب هذه الشخصية كثير المهاجمة لكل من يعترض طريقه بالقول أو العمل .

الشخصية السيكوباتية :

وأخيرا ... جاء الدور على هذا النوع ...

وهي منتشرة بين نزلاء المسجون والمتعطلين والجرمين نظرا لأنها تتميز بالاندفاع إلى المدوان وعدم التظلم من

- ٣٦ -

التجربة وعدم استطاعة صاحبها مقاومة أى اغراء ... وثورته
على تقاليد المجتمع بل وعلى كل شئ ...

وقد تنجح هذه الشخصية أحيانا فى أدوار قيادته نظراً
لأنانيته المفرطة وطموحها المظم لكل القيم والمقبات
والتقاليد والصحف فى سبيل الوصول الى ما يريد ...

وهو فى سبيل ذلك لا يحترم أى عاطفة ... وقد
يصبح مبلد الشعور لا يبالي بالألم الآخرين ...

وأحيانا تكون هذه الشخصية من الذكاء والقدره
والوسامة بحيث توقع الكثير من النساء فى حبائلها ...
وبعد أن يتزوج السيكيوباتى ويلخذ كل اموالها « زوجته »
يهجرها بأولادها ... ويتزوج أخرى ... وهكذا ... ولا
مانع بعد ذلك من العودة الى الزوجة الأولى وتقبيل أقدامها
وسؤالها المغفرة وأنه لن يعود ثانيا الى ما فعل ... ولكنه
سرعان ما يعود لطبيعته دون وازع .

ونجد دائما فى تاريخ صاحب هذه الشخصية
السيكيوباتية منذ الطفولة بعض الأعراض التى تشير الى
هذه الشخصية مثل الكذب والسرقة والاغتصاب ...
والانحراف والجنس ... والامعان ...

وكما قلت سابقا ينتهى معظمهم الى السجون وخطورة
صاحب هذه الشخصية أنه يبدو عليه الصدق والأمانة
والحرارة والحماسة حين يتكلم فيخدع أى فرد أمامه ويسهل
عليه أن يتصيد فريسته على الدوام .

كانت هذه لقطات عن بعض من الشخصيات يستطيع
الفرد من تأملها أن يهبط نفسه للمستقبل المناسب .

- ٢٧ -

ان السبب الرئيسى لفشل الزواج مثلا هو عدم توافق الشخصية فاذا تزوج شخص انطوائى أو موسوس من شخصية هيسثيرية أو دورية فلن يحدث بالطبع أى تفاهم بينهما مما يؤدى الى تدهور العلاقات ... كذلك الفشل الدراسى تختفى وراءه نفس الأسباب ... فان الكثيرين من الحاصلين على الثانوية العامة بمجموع كبير فى الدرجات يحظون كلية الطب ... والهندسة ... والاقتصاد ... ثم يكتشفون بعد دخولهم هذه الكليات أنهم لا يستطيعون الاستمرار فيها فيتكرر رسوبهم .

ويمكننا ان نلخص الصفات الأساسية لكل شخصية :
 الهيسثيرى : الحنىا .. جنة تستحق الحياة ... او نار تحتم الانتحار :

الانطوائى : متردد ... خجول ... يعيش بخياله فى المستقبل .

الموسوس : صلابة فى الرأى ومحاسبة النفس على اتفه الأشياء .

الدورى : يهترات من الكسل ... بعدها فترة من العمل الكثير :

العوانى : النقد الدائم ..: ومحاولة عدم كل شئ .

السيكوباتى : الاندفاع وعدم التعلم من التجربة .

الشخصية البارونية : الشك فى كل من حوله ... ولا يمكن اقناعه بمسوء ظنه .

والآن اعرف شخصيتك ... واختر الطريق الذى يناسبها ... حتى تنجح فى دراستك ومستقبلك وزواجك

- ٢٨ -

لماذا رسب ابنك ؟؟ ؟

هل من الممكن ان أراجع ورقة اجابة ابني ؟

سؤال يمكن ان تسمعه فى بيوت كثيرة بعد ان ظهرت
نتيجة الامتحان ؟؟؟ وكانت المفاجأة ؟؟؟ الرسوب !

ان الاب لا يمكن أن يتصور ذلك ؟؟؟ اذ كيف يرسب ابنه
الذى يجلس أمام الكتاب تسع ساعات يوميا ؟؟؟ ومن أول
ايام العام الدراسى ؟! لقد قام ابنه بكل المطلوب منه ؟؟؟
وليس من المعقول أن يرسب بعد هذه المساعات الطويلة من
المذاكرة ؟؟؟

وعلى هذا الاساس يعتقد الأب أن هناك خطأ ما فى تصحيح
أوراق اجابة ابنه عن أسئلة الامتحان ؟؟؟ ويجب اكتشاف
هذا الخطأ ؟؟؟ وتصحيحه !

وقد نجد أننا أمام طالب تكرر رسوبه فى الامتحان ؟؟؟
او نسمع قصة طالبة كانت دائما متفوقة ثم رسبت فجأة فى
جميع العلوم ؟؟؟ او هذا الطالب الذى يفشل هذا العام فى
دراسته باحدى الكليات فيجرب حظه فى العام التالى فى
كلية أخرى فيتكرر فشله فيحاول أن يلتحق بكلية ثالثة ؟؟؟
نقد ؟؟؟ ينجح !!

وقد نسمع صورة أخرى من القصص ؟؟؟ فالحكايات هذه
المررة أبطالها ؟؟؟ أطفال صغار فى أول طريق الدراسة ؟؟؟

هناك حكاية الطفل الذى يزوره كل يوم المدرس
الخصوصى فى البيت ؟؟؟ ومع ذلك رسب فى امتحان
الإعدادية !!

وليس من الغريب أن يتكلم الاب ويتمجب لأن طفله
بذهب إلى المدرسة منذ خمس سنوات ومع ذلك فإنه بالكاد
يقرأ اسمه !

- ٣٩ -

والحكايات التي يمكن أن نسمعها في هذا المجال كثيرة
... ومتنوعة !

والنصائح التي يمكن أن تقال بعد سماع هذه القصص
كثيرة أيضا ... ومتنوعة ، بل وهي دائما معارضة .

والآن أقدم لكل أب ... ولكل أم هذه الملاحظات ... وأمل
كبير في أن تكون عوناً لهم قبل اتخاذ أي قرار بعد أن يرسب
أحد أولادهم .

ما رأيك في نكاح ابنك ؟

سؤال يمكن أن أعرف مضمون الإجابة عنه مهما اختلفت
الفاظ وعبارات الرد عليه .

فقد يفشل الطالب في الدراسة ... ويتأكد هذا الفشل
ولكن غالباً تسمح إجابة الأب :

الولد نكح ... ولكنه يلعب كثيراً وهذا سر فشله !

بل قد يؤكد الأب رايه فيقول : انه نكح ... مثلي
تماماً .. !!

وهكذا يدافع الابوان - غالباً - عن نكاح الابن ... فمن
النادر أن نجد الأب الذي يمكن أن يقتنع بنكاح الابن ...
المحذور .

صحيح أن النكاح استعداد وراثي ... ولكنه لا يعني أنه
ما دام الأب نكحاً أن ينبغي لطفلاً لنكحاً مثله !

فالنكاح استعداد يولد به الطفل ... ثم يكتسب عليه
المعرفة والعلم . والنكاح يلعب دوراً أساسياً في تحديد مقدرة
الطالب على الاستيعاب والاستذكار وفي الأطفال يقاس
النكاح بالقدرة المبكرة على الكلام ... فهذا الطفل نكح لأنه

- ٤ -

التقط بعض الكلمات التي ترددها أمه أمامه ... وهو ذكي لأنه استطاع أن يتحكم مبكراً في قدرته على التبول والتبرز .

وتم الأيام ... ويكبر الطفل ... ويصل للدرسة ...:

وقد نقابل هذا الطفل الذي يعطينا بتصرفاته الغزلية الاحساس بأنه عادي النكاه ولكن يجب أن نعرف هذه الحقيقة :

هذا القدر من النكاه ليس كافياً لاتمام النجاح في المدرسة ، فالطالب الذي نحكم على تصرفاته الغزلية بالنكاه ... يمكن أن يكون مستواه في الدراسة ... أقل من المتوسط ... وتحت تأثير أيمان الأبوين الخاطيء بقدره الابن ... تبدأ الجهود في صورة دروس خصوصية ... لدفعه الى النجاح ... دفعا !!

فالأب يعتقد أن ابنه مهمل ... ولذلك يرسله ، وبينما الواقع أن الابن غير قادر على الاستيعاب .. وهذا هو سبب رسوبه ...:

ويبدأ ضغط الابوين : حرمان من أشياء كثيرة ... اهانات ... دروس خصوصية ... ومع ذلك يرسل الطالب ... وأمام اصرار لابوين يعيد الدخول في الامتحان ... ويتكرر رسوبه !

والنتيجة هنا : الاضطراب النفسي الذي يصيب الطالب ... والتصرف الطبيعي هنا أن يبدأ الآباء بعمل مقياس ذكاء للطالب ... إذ أنه ما دامت كل إمكانات الدراسة متوفرة للطالب ، فيجب أن يتأكد من مدى استعداده لتكملة هذا النوع من الدراسة فقد يكون الطالب متمتعاً بقدر من الذكاء يعطيه القدرة على النجاح في الدراسة حتى مستوى

- ٤١ -

الشهادة الاعداية ... ولكن نفس هذا القدر لا ييسر له
النجاح في الثانوية ... فلذا تأكد له ذلك يجب عدم الاصرار
على تعلم الدراسة الثانوية .. فالتفكير العلى هو توجيه
الطالب الى اتجاه يتفق مع قدراته .

ولكن ...

هناك الشاب الفكى ... القادر على الفهم ... ولكنه
دائم للمسبب فى الامتحان ... وعندما تناقشه
تعرف ان مشكلته هي عدم قدرته على التركيز ... فهو
يجلس الساعات الطوال أمام الكتاب دون ان يقدر على
استيعاب كلمة واحدة ! وفى مثل هذه الحالة يجب ان نبحث
وندرس حالة الطالب ... فهناك أسباب كثيرة قد يؤدي
واحد منها الى الوصول بالطالب الى هذه الحالة المؤسفة :

- أول هذه العوامل الفلصية الاجتماعية ... فالنزاع
الدائم بين الأم والأب ... أو بين الأخوة ... أو الازمات
المالية المستمرة ... كل هذه العوامل تجعل الطالب فى حيرة
من أمر مستقبله ... واستقرله .

نفس هذه النتيجة قد تحدث عندما تعيش الأسرة فى
فوضى ... ضجيج ... عدم احساس بوجود كيان للأسرة
... أو حتى وجود مريض فى البيت يصعب شفاؤه ويجمع
حول مشكلته كل اهتمام الأسرة .. وكل ما لها !

وكذلك ... الإقامة فى ظروف صحية غير مناسبة ...
بيت بارد جدا ... أو حار جدا ... حجرة لا تعرف التهوية
... وأشيا كثيرة من هذا النوع تنتهى الى احساس الطالب
بحم الاستقرار النفسى والانفعالى ... ومن المؤكد أن هذا
يؤثر بالتالى على درجة انتباهه وقدرته على التحصيل
الدرسى .

- ٤٢ -

- كذلك ... هناك العامل الثانى ... صحة الطالب
الجسمية ... فكثير من الامراض العضوية يؤثر على درجه
لتنبيه الفرد وقدرته على التحصيل العلمى ... فمن الواضح
ان المرض الذى يؤدى الى الاحساس بالارهاق لابد ، وان
يقف عقبه أمام القدرة على استيعاب أى مادة علمية .. كذلك
الأرق .. ويمكن ان نتصور هذا الطالب المريض الذى يظل
الليل بطوله بلا نوم ... هل يمكن ان يستذكر كلمة واحدة
بعد ليل طويل من الألم ؟ !

والطبيب وحده يستطيع ان يوضح يده على الحالة
المرضية التى تقف فى طريق التحصيل العلمى للطالب ...
وهو ايضا يستطيع ان يرسم طريق العلاج ...

- والآن جاء دور الحديث عن الأسباب النفسية للبحثة
التي يمكن ان تبعد ابنك عن النجاح فى حياته الدراسية .

- لعل أحلام اليقظة من أكثر الاسباب فى فشل الطالب
... انها تتمص كل طاقته ... وتنقله من عالم الواقع الى
عالم الخيال .

ان ساعات وساعات تضيق منه يوميا ... وهو فى
متاهات لا نهاية لها ... ولا يستطيع ان يخرج منها ليتقرأ
كلمة واحدة !!

ولكن ... ماذا وراء هذا الفيض الهائل من الأحلام ؟

الواقع أن هذه الاحلام المبالغ فيها تنبع من شعور
بالنقص ... اما فى القدرة الجسمية ... أو العقلية ...
أو حتى الجنسية ! .. أو المادية ..

وهنا يتم تعويض هذا النقص عن طريق الالتجاء الى
أحلام اليقظة ... بعد أحلام اليقظة هناك ... التأمل الذاتى
المستمر ... مع محاولة الفرد لنفسه فى كل تصرفاته ...
ان ذلك يؤدى الى شحوب كامل للانتباه ومعنى ذلك ...
لا مذاكره

- ٤٣ -

ويمصاحب ذلك حساسية مفرطة للمؤثرات الخارجية بحيث يصبح الطالب فريسة سهلة لأفكار تدور حول نفسه ... كيف يمكن أن يذكر وهو على هذا الحال ؟ أكثر من ذلك ... قد ينزل الطالب من هذا الإحساس إلى العادة المسرية ... وعندما يرسل الطالب قد يظن أن الرسوب نتج مباشرة عن العادة السرية ... والواقع أن وراء الانقياد إلى المادة السرية نقطة ضعف أخرى ... تمثل حالة نفسية ... إذا تم علاجها فسيعرف الطالب طريقه إلى الكتاب ... وسيعرف معنى النجاح ... أما العادة السرية هنا فهي الشهادة التي يتعلق عليها البعض الأمر في الفشل الدراسي .

ثم هناك اضطراب الشخصية ... إذ نجد الشاب منحرفاً من بداية حياته يميل إلى الكذب والسرقة ... و الزوجان ، من المدرسة ... لا مانع عنده من التخمين وهو في مطلع حياته ... بل قد يجرب المخدرات ...

ونجد أنه من هذا النوع الذي يجري وراء ملذاته دون أن يضع أي حساب لعواقب ذلك أو مضاعفاته ... فهو لا يبالي بشيء ... ولا يضع أي اعتبار لوضع العائلة ... بل لا يهتم بما يقوله الناس ... ولا مانع عنده من استغلال أي فرد سواء كان من أسرته أو خارجها ليحصل على المال الذي يوفر له ملذاته .

وهو في الغالب يميل إلى الغش ... والمغامرات الجنسية العابثة ... وعادة يصعب تقويم هذه الشخصية التي تنتهي غالباً إلى عدم الاستمرار في الدراسة .

- والآن جاء دور الكلام عن الأمراض النفسية أو الأمراض العقلية ودورها في فشل الطالب دراسياً ...

مثلاً ... الطالب المصاب بمرض الوسواس القهري ... أنه يقوم بعمل شيء وهو يعلم جيداً أنه خطأ ... ومع ذلك

- ٤٤ -

لا يتوقف عن هذا العمل • بل يندفع فيه بحيث يسيطر على كل تفكيره ويبعده تماما عن استنكار دروسه ن

ومن صور مرض الوسواس القهري أن نرى هذا الطالب الذى يستمر بالساعات يرتب الكتب وينظمها ويميد وضع الكراسى ••• وبعد أن ينتهى من كل ذلك يكون قد شعر بالتعب والانهك فلا يقدر على قراءة أى شئ !

صورة أخرى للوسواس القهري ••• اننا قد نلتقى بهذا الطالب الذى يعيش من أجل مناقشة فكرة مثل وجود الله ••• أو ماهية الكون ••• والبحث ••• ويستمر فى التفكير بحيث لا يجد وقتا لفتح كتاب !

كذلك قد نسمع عن الطالبة التى تفكر دائما فى الميكروبات وتحاول أن تقاومها حتى لا تصب بالامراض ••• وهكذا تستمر فى تطهير نفسها بالغسيل المتكرر واستعمال مختلف أنواع المطهرات ••• وينتهى بها الأمر بأن تشعر بالارهاق النفسى والجسمى ••• ولا تصبح قادرة على مذاكرة أى درس من الدروس !

وهناك أيضا ذلك الشخص الذى يتصور انه قد يخلع كل ملابسه ويقف عاريا فى الطريق العام •••

ان هذا الاحساس يجعله يفكر دائما فى مقاومة تنفيذ عذبة الفكرة ••• وهذا بالطبع يشغله ••• ويعطله !!

كل هؤلاء يعانون من مرض الوسواس القهري ••• وكلهم فى حاجة الى معونة طبية ونفسية ••• لأن هذه الوسواس تبتلع كل امكارهم ••• وتسلبهم ارادتهم ••• ويصبحون فى النهاية فريسة للأوهام ••• بحيث يفقدون القدرة على الاستنكار •

وهناك أيضا مرفى الفصام ... انه من ضمن الأسباب
التي تؤدي الى الرسوب المتكرر في الامتحان ...

انه يبدأ ببطء بحيث لا يلاحظه احد ... وفي هذه الحالة
نجد ان الطالب يجلس ساعات امام المكتب الا انه لا يستطيع
استيعاب ما يقرأ .

وعادة يقول مثل هذا الطالب انه لا يفهم ما يقرأ ... او
انه لا يستطيع التركيز ... ويتكرر رسوبه في الامتحان
يبدأ في الانطواء والانعزال واعمال ذاته ... وقد يبدأ افراد
أسرته في امانته وصب اللعنات عليه نظرا لفشله المتكرر
..... ويسمع ان اخاه الأصغر قد سبقه في الدراسة ... وأنه
لا يصح ان يكون فردا فاشلا في أسرة ناجحة .

والواقع انهم يظلمون هذا الشاب ... فهو بالفعل
مرضى ... ومرضه يمنعه من فهم ما يقرأ ... فالتفكير
عملية معقدة تحتاج الى وضوح وسلامة في عدة مراكز
بالمخ ...

وعند الإصابة بهذا المرض تضطرب هذه المراكز في أداء
وظائفها ... وتصبح قدرة هذا الطالب أقل من ان توصله الى
النجاح .

وأحيانا يشعر الطالب المريض بالفصام بأنه مضطهد ..
وأنه ضحية مؤامرة هي في الواقع مؤامرة وهمية لا توجد الا
في خياله .. بل ان هناك من يسمع أصواتا تسببه
وتلغنه ...

ومن المؤكد ان مثل هذا الطالب تحت هذه الظروف
لا يستطيع ان يذكر ... ولا كلمة واحدة ... !

وبعد ذلك نصل الى حالات القلق النفسي والاكتئاب ...
ان هذه الحالات تؤدي الى صعوبة التركيز ... بل
وبعاني ضحيتها من النسيان المستمر ... والارق ... وفقدان

- ٤٦ -

الشهية للطعام ... مع عدم الميل الى الاختلاط بالناس او الاستماع للموسيقى ... أو مشاهدة التليفزيون بل وعدم الاهتمام بالظهر والنظافة !

والنتيجة ... الانعزال عن المجتمع ... وعدم الرغبة فى النجاح ... مع التقليل من قيمة الذات ... فنسمع الطالب المريض وهو يؤكد أنه لا يستحق النجاح بل ويؤكد أنه غيبى ... !

بل وؤمن أنه لا يستحق الحياة فلا مكان له بين الناس ... !!

والعلاج هنا يجب أن يوقف زحف المرض المستعمر على هذا الطالب المريض ... حيث يعود اليه نشاطه ...

أما عن العقاب والتعذيب ... فلا نتيجة من ورائهما .

وقد نلتقى بهذا النوع من الطلاب ... شخص كثير الكلام دائم الراح والتهريج ... غير مترابط التفكير ... وإن كان حاد الذكاء ... سريع البديهة ... مع احساس بالعظمة والغرور ... وتتسارع افكاره الكثيرة .. بحيث أنه لا يستطيع التركيز على أى موضوع ...

إنها حالة تؤدى الى الفشل فى الدراسة ... ولكن فى نفس الوقت يجب أن ندرك أنها حالة مرضية فى حاجة الى علاج ...

وأخيرا نصل الى ... الحب ... !

إن هذه القصص الغرامية التى نسمعها فى الوسط الطلابى قد تؤدى الى الفشل فى الدراسة ... ولكن فى نفس الوقت قد تكون دافعا ... الى النجاح !

فالتالب يجب أن يكون فى مظهر المتفوق امام حبيبته .

ولكن فى بعض قصص الحب ترتبك احوال العاشق ... فنبعز عن التحصيل ... ويرسب فى الامتحان !

- ٤٧ -

وهنا تظهر أهمية نضج شريكته في الحب ... فهي قادرة على دفعه الى النجاح ...

ولكن يجب أن نلاحظ هذا الموقف ... قد تكون المشاكل العاطفية وسيلة للهروب من الواقع ... وطريق لتغطية ضعف الشخصية .

والآن ... هل رسب ابنك في الامتحان ؟

هل تكرر فشل ابنك في الدراسة ؟

إذا حدث ذلك ففكر بهدوء ... وبلا انفعال ...

وابحث عن أول الطريق الذي أنتهى بأولادك الى الرسوب ... حاول أن تدرس عن قرب حياة ابنك .

لا تستخف بما يقوله ... وحاول أن تفهم مشاكله النفسية والعقلية ... والجسمية بل والعاطفية ...

ومن المؤكد أنك ستجد هناك سببا ما ... وما دام السبب قد أصبح معروفا فالحل يكون قريبا ... والنجاح يمكن الوصول اليه .

ومن الضروري أن أقول هذه الكلمات لكل أب أو أم إذا رسب ابنك أو ابنتك فليس معنى ذلك نهاية الكون .

فالأمل مستمر مع الحياة ... وكم من شخص لمع ونجح في الحياة بعد تكرار فشله لقد عرف أين الخطأ ... واختار الطريق الصحيح .

وعلى هذا الأساس قد يكون الرسوب نقطة تحول الى نجاح كبير ... إذا حدث هذا التوافق بين قدرة الطالب وبين الطريق الذي يسير فيه ... ثم أزيلت من هذا الطريق كل العقبات ... أو حتى أغلبها ... أصبح النجاح في متناول يده ... بإذن الله .

- ٤٨ -

مرض اسمه الثانوية العامة ... !!

الصداع مبرح ... لا يرحم !

الدوخة ... والزغلة ... والغشاوة امام العين ...
الهمدان ... والوخم ... وتتميل فى الأطراف مع بروتها
... ! انها اعراض معروفة ... وتنتشر بكثرة بين طلاب
الثانوية العامة ، وتزيد حثتها وانتشارها كلما اقترب موعد
الامتحان .

وكثيرا ما تشتد هذه الاعراض كلما واجهت العين الكتاب
الافتوح ... ويحاول الأب ... من الممكن أن تكون النظارة
الطبية غير مناسبة ... ومع استعمال النظارة الجديدة
يستمر الصداع ... والزغلة ... والهمدان ...

ويشير البعض بعمل التحاليل ... واشمة على شرايين
المخ بالصسبغة ويواجه الجميع النتائج التى تقول :
لا مرض .

ومع ذلك فالصداع مستمر ... ومعه الزغلة ...
والهمدان !

ويمش الجميع فى دوامة الحزن ... الطبيب يقول أن
الإبن سليم من الامراض ... وامكانيات البيت كلها تحم
أمر الطالب ... والدروس الخصوصية مستمرة ...

وهنا قد يرتفع صوت ويقول :

أيها الطبيب أنت عاجز عن كشف سر المرض !

والواقع أن المشكلة كلها لا تحتاج الى تحاليل أو كشوف
... وسر المرض واضح ... انه ببساطة ، باب الهروب ،
من المسئولية التى يعجز الابن عن تحملها ... فهو هنا
يجد - بلا وعى ودون قصد - المخرج الذى يحميه من عذاب

- ٤٩ -

الرسوب في الامتحان ... او الحصول على مجموع منخفض :

ان احسن عذر في مثل هذا الموقف هو : المرض !
وهنا يكون المرض لغزا يحير امهر الأطباء :
لانه مرض الثانوية العامة ... !

وقد تبدأ المشكلة مع الأبناء بعد أولى ثانوى ... هنا يختار الطالب : علمى ... او لئبى وهنا قد تكون القدرات والرغبة « لئبى » ، ولكن يكون الاختيار « علمى » ! والسر في ذلك الرغبة في لقب مهندس ... او دكتور .. او تكون رغبة الأب .. ومن أجل ذلك قد يدخل معركة مع الابن حتى يرفض فكرة « اللئبى » ، ... ويتجه الى « العلمى » الذى يحقق أحلام والده !

ويصطلم الابن المسكين بالرياضيات التى لا يحبها ١٠٠ ويبدأ في التعتثر . وهنا يجب ان أوضح لكل الآباء معادلة النجاح البسيطة :

النجاح = القدرة على الاستيعاب + القدرة على التركيز :

- والقدرة على الاستيعاب ... يمكن ان نسميها « الذكاء » ، ... وهى شئ يولد به الطفل ... وبحكم عدة عوامل وراثية ومكتسبة ، يتم تنمية هذه الميزة :

ولا يمكن قياس الذكاء بما يبيده الابن من تصرفات في حياته العادية ... فقد يكون الولد نشيطا ... لطيفا ... مسليا ... ولكنه مع كل ذلك يكون محدود الذكاء :

(م ٤ - ابنك والمدرسة)

٢٠٠

وفى نفس الوقت قد نلتقى بالطفل الهادئ، الذى يميل الى الانطواء، ولكنه شعلة من الذكاء، خاصة فى قدراته على استيعاب الرياضيات .

والقدرة على التركيز تكون حصيلة :

نفسية سليمة + جسم سليم .٠٠

فليس المهم عدد الساعات التى يجلس فيها الطالب امام كتابه .٠٠ ولكن العبرة بالتركيز خلال هذه الساعات .

فكم من تلميذ ينهل من الحياة .٠٠٠ ومن لهوها البرى .٠٠٠ وفى نفس الوقت يقضى ساعات قليلة فى الاستفكار .٠٠ ثم ينجح يتفوق !

وعلى العكس .٠٠٠ هناك التلميذ الذى يضيق أحلى سنوات عمره فى غرفة مغلقة والكتاب بين يديه .٠٠٠ ولكنه لا ينجح .٠٠ فبينه وبين الكتاب سد لا ينفذ منه الا معلومات قليلة .٠٠ جدا !!

والصحة المعتلة من أهم أسباب ضعف التركيز .٠٠٠

والصحة المعتلة قد تكون بسبب مرض فى عضو من الأعضاء ، ولكن السبب أيضا قد يكون - أو غالبا يكون - نتيجة لنقص فى الغذاء .٠٠٠ أو إفراط فى العادة السرية .٠٠ أو أرهاق .٠٠٠ أو عدم نوم .

وكذلك البيئة المنزلية غير المستقرة .٠٠٠ المليئة بالمشاحنات العائلية .٠٠ أنها تورث الابن نوعا من الحيرة .٠٠٠ وهذه الحيرة تؤمن الطاقات وتشتت الفكر .٠٠٠ وتمنع العقل من التركيز .

أما عدم الثقة بالنفس .٠٠٠ فانه يفسد القدرة على التحصيل .٠٠٠ وعلى التركيز .٠٠٠ وهكذا يمكن أن تكون وراء

- ٥١ -

هذه الصورة المبالغ فيها للثانوية العامة التى تتحول الى كابوس مخيف مزعج ' .

لانه من الارهاب النفسى الملح ... الذى يذق على أعصاب التلميذ فى البيت ... فى المدرسة ... وفى الشارع .

ويصبح المجموع بالنسبة للطالب هو « كلمة السر » التى يصعب الحصول والوصول اليها ... والتى بها يمكن ان يمر فى أسوار كليه الهندسة أو الطب العالية ... العزيزة ! ويتحول أيضا المجموع الى المفتاح السحري للمستقبل السعيد ننت وهذا بالطبع خطأ كبير ...

فقد يسمح المجموع للطالب بدخول إحدى الكليات ولكن هل يضمن هذا المجموع باستمرار النجاح والنفوق لنفس هذا الطالب خلال سنوات الدراسة فى هذه الكلية ؟

وحتى اذ نجح الطالب وتخرج من الكلية التى دخلها بهذا المجموع ... هل يمكن أن يضمن النجاح فى حياته العملية ؟ .

انه شيء غير سليم بالمرة أن يعتمد الاب على مجموع الطالب فى الثانوية العامة لتحديد مستقبله ... فالأفضل ان يبحث الطالب بصديق عن المعهد الذى يتفق مع ميوله واستعداداته ... وعلى هذا الأساس يمكن أن يحدد خط سير تعليمه الجامعى .

والآن ... قد يخاف الطلاب عموما من عدم النجاح ... اما فى الثانوية العامة ... فان الخوف يكون من عدم حصول الطالب على مجموع مرتفع .

وعلى هذا ... فان الطالب الذى ينجح بلا مجموع يتساوى مع الطالب الذى رسب بالفعل .:

- ٥٢ -

وهكذا تتحدد ملامح الصور القاتمة أمام بنحني الطلاب
... ويترقب على ذلك :

● أن تخفى الأحلام الواسعة من حياة الشباب ... فلا
تطلع ... ولا أمل .. ولكن ياس قاتم !

● الاحساس بالمعز والقصور أمام من سبقه ونجح في
امتحان الثانوية العامة ... وحصل على مجموع لدخول
كلية معينة .

● خيبة الأمل ... التي يخاف الطالب من رؤيتها على
وجوه أفراد أسرته التي تنتظر نجاحه .

هذه العوامل يمكن أن تهز بعنف كيان التلميذ المسكين
... وهكذا يتأكد في داخله الاحساس بأنه لن ينجح .. ولن
يحصل على مجموع كبير ... والنتيجة : الانهيار النفسي !!
وقد يزيد الحالة تعقيدا بعض الظروف الخاصة :

مثلا ... الطالب الذي يعود على الاهتمام الزائد به
.... ان زيادة الاهتمام كثيرا ما تأتي بنتيجة مضادة ...
فهذا تلميذ تعود من أمه على البقاء معه والسهو بجانبه طوال
حياته المدرسية ... ويصل الى الثانوية ، وقد تعجز الأم
عن متابعة المسيره ... اما لأن معلوماتها أقل من المستوى
المطلوب ... أو لأن مسؤوليات الحياة تمنعها .

وهكذا لا تتفرغ لابنها كما تعودت في السنوات
السابقة ... وهذا بالطبع يهز أعصابه ... خاصة وأنه
لا يستطيع الوقوف وحده أمام العاصفة الا وهي عاصفة
الثانوية العامة !

وهناك هذا الاهتمام الزائد الذي يبدأ من فصل الصيف
... قبل بداية العام الدراسي ... حيث تبدأ الدروس

الخصوصية استعدادا للثانوية العامة ... قبل ان يبدأ العام ... والنتيجة ... عدم إتاحة الفرصة للتلميذ ليستريح ... وهكذا يمكن ان يصاب بالارهاق من أول العام الدراسي .

وهناك أيضا الحرمان الذي قد يتعرض له الطالب من العطف والتشجيع ... وهذا غذاء لروح المثابرة والقدرة على الكفاح ، مما يكون السبب المباشر للفشل في الثانوية العامة .

والكلام الذي يوجه في هذا المجال للآباء الذين يعتبرون نشازا لأن عليهم واجبا مقدسا ، من يقصر في أدائه فهو غير طبيعى ... غير انسان ، ولكنى أوجه حديثى للمعلم .

ودور المعلم لا يقتصر على التدريس والتدريس باخلاص بل يجب ان يتعداه الى الرعاية النفسية للتلميذ :

وقد تكون لكلمة « برافو » قبل السحر في شد أثر التلميذ وتنشيط قدراته ... حتى وان كانت محدودة ... والمعلم الذي ينقد تلميذه بطريقة جارحة ، كان يردد في مرات متكررة « أنت فاشل » « وأنت لن تفلح » قد أجزم في حق هذا التلميذ لأنه يوهن قدراته ...

ان واجب المعلم ان يأخذ بيد التلميذ الضعيف حتى يقوى عوده ... وكم من تلميذ بدأ متخلفا في أول العام الدراسي ... ثم لم يلبث أن فاق الجميع في آخر العام . وأنا لا أصدق ما يقال أن المدرسين يظهرون الطالب بأنه ضعيف ميثوس منه في أول العام الدراسي حتى يسمى اليهم ليأخذ دروسا خصوصية وان كان هناك من يفعل هذا فهو نسبة قليلة لا توضع في الاعتبار .

ان رسالة المعلم أقدس من ان يفتسها بعض المنحرفين .

● الانصراف الكامل عن الحياة ومباهجها ، فالامتحان يطفى على كل شيء ... حتى على احاديث الحب والزواج عند

- ٥٤ -

البنات ، وحتى على أفلام « للكبار فقط » عند الصبيان ...
كل الوقت للاستذكار ولا وقت للحياة وقد تقتصر الإرادة
وتككل التضحيات بالنجاح ...

ولكن كثيرا ما تنهار الأعصاب ...

ان على طالب الثانوية العامة ان يعطى بعض الوقت
لقيصر .. فلا يسجن نفسه فى حجرة مغلقة الشهور الطوال
فيقع فريسة صراع يؤدي الى سرحان فيما وراء الجدران من
مباهج الدنيا يزينها الحرمان ويغذى خيالها عنفوان هذا
السن .

وذلك التلميذ الذى يعطى كل شيء لقيصر يجرى وراء
الملاذات وما يتبعها من أحلام اليقظة تحل عليه حينما يفرض
عليه الجلوس الى الكتاب ... فلا تترك له دقائق يعود فيها
من عالم الخيال الى الواقع الى الكتاب الذى أمامه .

لكن ما هو الطريق الى العلاج ؟

والعلاج يبدأ بدراسة نفسية التلميذ حتى يمكن تجنب
القلة التى تشكو فعلا من مرض نفسى يحتاج الى طبيب
نفسى ...

بين هذه القلة نجسد من يشكو من القلق واعراض
لا تختلف عن تلك التى ذكرتها ، فمرض الثانوية العامة فى
الواقع نوع من القلق ، ولكن ليس من النوع المستاصل فى
المريض أى انه قلق فرضته الظروف التى عرستها وعلاجه
لا يحتاج الى طبيب نفسى ، ولكن الى اقناع وطمأنينة .

وقد يكون المرض . (الاكتئاب) وما يصلح به من الانطواء
والانعزال وقلة الأكل وقلة النوم ... وقد تدفع التلميذ الى
مرافقة الكتاب ليل نهار ...

ولكن هيهات أن يستوعب شيئاً فإن طاقة التركيز تكون
فى أغلب الحالات مشلولة تماماً .

وقد يكون المرض (الوسواس) وهو التخوف الزائد أو
التخوف بلا أساس من المشاكل اليومية التى يتعرض لها
الإنسان ... وأخطر أنواع الوسواس هو الوسواس القهرى
وهو أخذ فعل معقد لدرء خطر تصورى أو لمقاومة رغبة ملحة
مشينة .

ومن أمثلته الشائعة التخوف من الميكروبات فيقوم المريض
بغسل نفسه مرارا واستعمال المطهرات وتحاشى لمس الأشياء،
حتى اليدين عند السلام . وهذا الوسواس يبتلع كل الأفكار
ولا يعترف بالمفهوم أو المنطق وبذا يشعر المريض بعجز كامل

ومن خطورة الوسواس الفصام والشعور بالاضطهاد وهى
أمراض عقلية يجب اكتشافها مبكرا لتبقى على بعض من
الأمل فى شفائها .

وإذا جنبنا هذه الحالات وهى كما ذكرت قلة كان العلاج
سهلا نسبيا .

● توطيد الثقة بالنفس وكثيرا ما يهزها الشعور بالمعجز
عن انهاء كل المقرر لقصر الأيام الباقية على الامتحان أو وجود
نواح عاطفية أو مشاكل فى الأسرة ...

وعلى حكيم الأسرة ارساء الثقة وحكيم الأسرة قد يكون
فردا من أفرادها أو صديقا أو طبيبا للعائلة له قدرة الامتناع
وتقاليدنا السمحة بها مادة غزيرة تساعد فى أداء هذه المهمة
الإنسانية .

وبالنسبة للذاكرة هناك سؤال هام وهو :

لماذا تضعف الذاكرة فى الشهور السابقة على امتحان
الثانوية العامة بالذات ؟

الذاكرة بخير عند غالبية الطلبة ... وقد درج كثير من
الطلبة على اختبار معلوماتهم ويكتشف الطالب أنه نسي أكثر
المعلومات ...

لمثل هذا الطالب أتوجه بنصيحة مجربة :

ذاكر ... وذاكر ولا تختبر نفسك وعند الامتحان ستكرم
... جو الامتحان يفرض نوعاً من التنبيه العالى يدفع
بالمعلومات المخزونة للخروج :

أنا لا أفكر أن الذاكرة ، أى الطاقة على استيعاب المعلومات
وتخزينها ، محدودة ... فلا يمكنها أن تقبل شحنة عالية من
المعلومات أنه التفاوت الطبيعى فى القدرات الذهنية ...

وهنا يجىء الحديث عن تنشيط الذاكرة ونسمع عن
فوائد فيتامين ب ٦ ومشتقاته وعن حمض الجلوتاميك ...
حقيقة أن هذه المواد تدخل فى عملية التمثيل فى المخ
ولكن الكميات اللازمة للجسم لا تحتاج الى مصدر من الخارج
... ولا الزيادة فى كمياتها تزيد نشاط المخ وتقوى
الذاكرة ...

إنها لا تنفيذ ولكنها أيضاً لا تضر ... إما الأدوية المنشطة
كمشتقات الأمثيتامين فهى حقيقة تساعد على السهر وتعطى
الجسم المنهك قدرة على الاستمرار فى العمل ... ولكن -
وهنا ولكن كبيرة - إضرارها بالغة !!

أولاً : الجسم المنهك كالحصان المتعب لا يجد طاقته
الكرباج والكرباج سيدفعك لساعات ولكنه سيكبو وكبوته
بعدها خطيرة ...

= ٥٧ =

ثانيا : النشاط الذى تبعته هذه الأدوية فى الجسم يصحبه
توتر الأعصاب وبذا لا تتيح للمخ الهدوء اللازم لاستيعاب
المعلومات ومن جربها يؤكد أن ما استفكره وهو تحت تأثيرها
سرعان ما يطير من الذاكرة :-

ثالثا : أن هذه الأدوية تسبب نوعا من الاعتماد أو
الادمان ، ومن يدمنها يصبح معتل النفسية ... وإذا ما قرر
المخمن الاعتلاع عنها .. وهذا نادر الحصول لأن المخمن ضعيف
الإرادة بطبعه - فقد يصاب بأعراض عنيفة قد تمتد لأسابيع
طويلة .

والآن ما لنا بد إلا أن نواجه هذا السؤال !

هل هناك وسيلة لتقوية الذاكرة ؟

أو بمعنى آخر كيف نقوى الذاكرة ؟

● أعطى ما لقيصر لقيصر وما لله .. لله ...

فلتكن هناك فترات راحة بين ساعات الاستذكار وفترات
للترىض ولترتياذ السينما والمسرح مرة على الأقل فى
الاسبوع ...:

يوم الجمعة اقض صباحه فى الرياضة ومساءه فى
السينما أو المسرح أو أمام التلفزيون .

● عليك بالغذاء الكامل الذى يشمل كمية كافية من
البروتين والفيتامين والمعادن ، والاهتمام بالخضروات
الطازجة والفواكه والاسترخاء لمدة ساعة بعد الغذاء :-

● تحاش الذاكرة فى السرير فهذا يساعد على استدعاء
النوم وفيه ارهاق لعضلات العين مما يسبب الصداع ...
ولكننى أنادى بألا تقل ساعات النوم عن ثمانية ساعات
متصلة .

- ٥٨ -

● تعاط القهوة والشاي باعتدال ... لأن الإفراط فيهما
برهق الجهاز العصبي ويجعل النوم عسيراً ... أو غير
عميق :-

● انهم للمادة ثم لحفظها في الذاكرة
والحفظ يحتاج الى تكرار ... والتكرار لا يعلم الحمار
كما يقول المثل الدارج ولكنه يعلم الشاطر .

وعملية التلخيص على الورق تساعد على حفظ المعلومات
لأن لكل من المعلومات المقروءة وتلك المكتوبة باليد مدخل
مختلفة الى المراكز المخية :-

مما سبق هل تعتبر الثانوية العامة ... كابوس مفزع
... أو غول لا أظن ! ...

هل تتعقد من مجرد ذكر اسمها .. والمجموع والذاكرة ..
لا أعتقد ... :-

فالواثق في نفسه ليس عليه الا المذاكرة باخلاص واعطاء
النفس والجسد الراحة الكافية ... وترك الباقي على الله
سبحانه وتعالى :-

★ ★ ★

فهرست

الموضوع	رقم الصفحة
● لا تغرب طفلك	٣
– الاحساس بالطمأنينة	
– حب الاستطلاع والمعرفة	
– الأدب « الخلقى »	
● طعام الانظار ونكاه التلاميذ	١٣
● لذلك .. والمنرسه والطب النفسى	١٥
– هل يمكن أن يذهب الطفل الى الطبيب النفسى ؟	
– ابنى .. يهرب من المدرسه	
– ابنى .. يؤلف قصصا كاذبة	
– ابنى .. يسرق أى شئ	
– ابنى يضرب زملائه	
– ماذا يفعل الوالدان ؟	
● شخصيتك	٢٥
– ماذا تعرف عن الشخصية	
– هل للوراثة دخل	
– الشخصية الهستيرية	
– الشخصية الانطوائية	
– الشخصية الوسواسية	

- ٦ :-

رقم الصفحة	الموضوع
	- الشخصية الدورية
	- الشخصية غير السوية
	- الشخصية البارونية
	- الشخصية الحولانية
	- الشخصية السيكيوباتية
٢٨	● لماذا رسي ابنك ؟
	- ذكاء الابن
	- هل تكرر فشل ابنك في الدراسة
٤٨	● موضح اسمه الثانوية العامة
	- ما هو الطريق الى العلاج ؟
	- ضعف الذاكرة قبل الامتحان .
	- كيف تقوى الذاكرة .

مكتبة المنزل الصحية

- العناية بالجلد والبشرة
- العناية بالقلب
- العناية بالجهاز الهضمي
- العناية بالعيون
- العناية بالشعر
- أسباب الحساسية وعلاجها
- أسباب السمنة وعلاجها
- أسباب النحافة وعلاجها
- أسباب الروماتيزم وعلاجه
- صحة ورشاقة الحامل بعد الولادة
- صحتك بعد الأربعين
- صحة طفلك
- ابنك والمدرسة
- مرض السكر
- فوائد عسل النحل
- الاسعافات المنزلية

Bibliotheca Alexandrina



0423758



المركز العربي للنشر والتوزيع